

비대면 5기 출산준비교실 모집

- 대 상 : 오산시 거주 등록임신부(임신 20주 이상)
- 교육일시 : 2021. 07. 06.(화) ~ 07. 20.(화) (매주 화, 금 13:30~15:30, 5회 프로그램)
- 장 소 : 자택. ZOOM활용 비대면교육(참석코드 개별연락)
- 신청기간 : 2021. 6. 21일(월)부터 선착순 20명
- 신청방법 : 오산시 교육포털 ▶ 평생교육 ▶ 평생교육기관프로그램 ▶ 타부서[기관]프로그램
<https://www.osan.go.kr/osanedu/portal/gnrlProgrm/16/gnrlProgrmListView.do>
- 참 가 비 : 무료
- 문의 : 031-8036-6072, 6074, 6075
- 내용

	주 제	세부 내용
1회차	감사 태교 (엄마에게 찾아와줘 고마워)	· 부모 됨의 중요성 · 태아 성장 스토리 · 임신 주수에 따른 몸의 변화 이해 · 태교의 중요성 및 태아에 미치는 엄마의 영향력 · 태교의 다양한 접근(감사, 태담, 음악)
2회차	건강 출산 (건강하게 태어나서 감사해)	· 출산 임박 증상과 병원에 가야 하는 타이밍 · 출산 방법과 이유 · 자궁수축(진통)과 출산 진행 과정(풍선이용 설명) · 자연출산 과정(영상 및 태아인형과 골반모형 설명) · 감통 호흡법 및 출산 호흡법
3회차	신생아 돌봄 (편안하게 적응하도록 도와줄게)	· 신생아 특성 · 아이에게 흔히 보이는 증상 및 질병 · 우는 아기 달래는 방법(시연하며 설명) · 속싸개 싸는 다양한 방법(시연하며 설명) · 신생아 목욕(시연하며 설명)
4회차	눈높이 육아 (건강하게 무럭무럭 자라렴)	· 아기 신체 및 행동 발달 · 아기 수면 교육 · 구강 관리 · 신생아 소프트 터치 · 베이비 마사지(다리, 배, 가슴, 등)
5회차	모유 수유	· 유방 구조와 모유 생성 원리 · 모유수유 중요성 및 올바른 모유수유 방법 · 수유 중 문제발생 대처법(유선염, 모유 과다/부족...) · 유축기 사용 방법 및 보관모유 수유하는 올바른 방법 · 산전 자가 유방관리 방법(SMC)